

pilatesK 蔵店		【 07/01 ~ 07/08 】			スケジュール		2026/07/17 更新				
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08				
水	木	金	土	日	月	火	水				
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Body Balance		Advance	Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵				
aina.K		aina.K	miyuna.y	halu.a		Aino.H	Ai.I				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Pilates Barre		Basic 🇯🇵	Pilates Barre	Back & Arm 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵				
aina.K		rio.s	aina.K	miyuna.y		miyuna.y	Ai.I				
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	close		
		Release&Strength	Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Pilates Cardio					
		aina.K	miyuna.y	halu.a		Aino.H					
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close		close	
			Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵							
			aina.K	miyuna.y							
	16:00 ~ 16:30										
	お試し見学会										
	aina.K										
	17:30 ~ 18:30										
Release&Strength											
aina.K											
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Waist 🇯🇵				Pilates Barre	Waist 🇯🇵				
miyuna.y	Shiori.S	Shiori.S				aina.K	aina.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵				Back & Arm 🇯🇵	Pilates Barre				
Shiori.S	Shiori.S	miyuna.y				miyuna.y	aina.K				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist 🇯🇵	Body Balance	Hip & Leg 🇯🇵				Release&Strength	Back & Arm 🇯🇵				
Shiori.S	Shiori.H	Shiori.S				aina.K	miyuna.y				

pilatesK 蔵店		【 07/09 ~ 07/16 】			スケジュール		
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Back & Arm 🏋️🦵	Release&Strength	Back & Arm 🏋️🦵		Back & Arm 🏋️🦵	Basic 🏋️🦵	
	miyuna.y	aina.K	halu.a		miyuna.y	Shiori.S	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Hip & Leg 🏋️🦵	Back & Arm 🏋️🦵	Body Balance		Waist 🏋️🦵	Waist 🏋️🦵	
	Shiori.S	miyuna.y	aina.K		halu.a	Shiori.S	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
	Back & Arm 🏋️🦵	Basic 🏋️🦵	Waist 🏋️🦵		Back & Arm 🏋️🦵		
	miyuna.y	aina.K	halu.a		miyuna.y		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
		Back & Arm 🏋️🦵	Advance				
		miyuna.y	aina.K				
		17:30 ~ 18:30	お試し見学会				
	Pilates Barre	aina.K					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close	close	
Basic 🏋️🦵	Release&Strength	Advance		Release&Strength			Pilates Cardio
Ai.I	aina.K	aina.K		aina.K			Rinka.T
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🏋️🦵	Waist 🏋️🦵	Waist 🏋️🦵		Back & Arm 🏋️🦵			Release&Strength
miyuna.y	Shiori.S	halu.a		miyuna.y			aina.K
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00
Hip & Leg 🏋️🦵	Advance	Body Balance		Pilates Barre			Advance
Ai.I	aina.K	aina.K	aina.K	aina.K			

👉：体験可能レッスン
 ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願しております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったでのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 蔵店			【 07/17 ~ 07/24 】	スケジュール			2026/07/17	更新										
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24											
金	土	日	月	火	水	木	金											
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30											
Shape up waist	Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Release&Strength		Pilates Cardio											
Shiori.S	miyuna.y	Shiori.S		Shiori.S	aina.K		Aino.H											
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00											
Pilates Cardio	Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵		jump to burn	Hip & Leg 🇯🇵		Advance											
Aino.H	Shiori.S	Ai.I		Rinka.T	Shiori.S		aina.K											
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30											
Pre Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Shape up waist		Basic 🇯🇵			Hip & Leg 🇯🇵											
Aino.H	miyuna.y	Shiori.S		Shiori.S			Aino.H											
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		14:30 ~ 15:00			close											
	Waist 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		お試し見学会														
	Shiori.S	Ai.I		aina.K														
	close	close		close														
18:00 ~ 19:00																		
Body Balance	close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00											
aina.K				Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Shape up waist	Basic 🇯🇵											
19:30 ~ 20:30				miyuna.y	halu.a	Shiori.S	Mimi.Y											
Advance				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30											
aina.K				Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Pilates Cardio	Body Balance											
21:00 ~ 22:00				aina.K	miyuna.y	Rio	aina.K											
Back & Arm 🇯🇵				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00											
miyuna.y				Release&Strength	Waist 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵											
				aina.K	halu.a	Shiori.S	Mimi.Y											

pilatesK 蔵店		【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール									
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31					
土	日	月	火	水	木	金					
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30					
jump to burn	Basic 🍌		Body Balance	Basic 🍌		Hip & Leg 🍌					
airi.m	rio.s		aina.K	インストラクター未確定		Shiori.S					
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00					
Basic 🍌	Waist 🍌		Basic 🍌	Waist 🍌		Shape up waist					
rio.s	aina.K		インストラクター未確定	Shiori.S		Shiori.S					
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30					
Release&Strength	Basic 🍌		Pilates Barre	お試し見学会		Basic 🍌					
aina.K	rio.s		aina.K	aina.K		インストラクター未確定					
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close				
Basic 🍌	Release&Strength										
rio.s	aina.K										
close	close										
17:30 ~ 18:30											
Body Balance											
airi.m											
close								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
								Hip & Leg 🍌	jump to burn	Pilates Barre	Pilates Cardio
								Shiori.S	Rinka.T	aina.K	Aino.H
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
	Basic 🍌		Shape up waist	jump to burn	Release&Strength						
	インストラクター未確定		Shiori.S	Luuna.t	aina.K						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Shape up waist	Release&Strength		Pre Basic 🍌	Pilates Barre							
Shiori.S	aina.K		Luuna.t	aina.K							

 : 体験可能レッスン
 ・クラスの個別およびサインストロクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切つてのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。